Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

29.65
3/4

LIBRARY
No. 75.165
Shri Shri Ma Anandamayee Ashram
BANARAS.

प्राण प्रतिष्ठा

परमाराध्य ब्रह्मर्षि

श्री श्री सत्यदेव जी

द्वारा प्रणीत

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

3/24

॥ ॐ ॥

प्राण-प्रतिष्ठा

ब्रह्मर्षि श्री श्री सत्यदेवजी महाराज विरचित

का

हिन्दी संस्करण

श्री गुरुपदपङ्कजरत पं० बनवारीलाल शर्मा

द्वारा अनुवादित

As gift to Shree Shree Ananda mayee Ashram from.

SADHAN SAMAR AS
P. O. Liluoah, How

पुण्य तिथि नवरात्र आश्विन सं २००८ वि०

मूल्य ॥)

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

पुस्तक मिलने का स्थान—

साधन समर आश्रम
पो० लिलुआ (हावड़ा)

निम्नोक्त स्थानों में भी मिलेंगी—

साधन समर कार्यालय
२०१ नं० मुक्ताराम बाबू स्ट्रीट, कलकत्ता.

शर्मा बुक डिपो, शिकोहाबाद
जिला मैंनपुरी (उत्तर प्रदेश)

सर्व स्वत्वाधिकार

साधन समर आश्रम लिलुआ ट्रस्ट
द्वारा संरक्षित

मूल्य ।।)

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

प्रकाशक का निवेदन

सदानन्दकरीं शान्तां सर्व देव नमस्कृताम्

आओ मा, विश्व प्रसूता--विश्वजननी, आओ मा सन्तान वत्सले, प्राण सन्धान दायिनी, प्राण प्रतिष्ठा रूपिणी मेरी हृदय रानी। आज तुम्हें देव नागरी (हिन्दी भाषा) पोषाक पहिना कर अपने प्राणों बहुत दिनों की पिपासा मिटाऊँ। बहुत दिनों से यह हृदय अपनी मूक भाषा में कह रहा था, अपनी परम आदरणिया मा ब्रह्म विद्या के पाद पद्मों में अपने वाक मन प्राण अर्पण के साथ साथ कुछ और भी सेवा करूं।

ओ मा ? "सर्वस्य बुद्धि रूपेण जनस्य हृदि संस्थिते" तुमने उस गुप्त पुकार को अति आदर से सुना, और आज इस अबोध सन्तान के सामने उक्त पोषाक पहिनने के लिये स्नेहातुरा होकर सुप्रकट हुई।

मा ! सर्वाङ्ग सुन्दर पोषाक सजाकर पहिनाना तो मैं नहीं जानती। किन्तु प्राणों

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanas

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

में अन्दर ही अन्दर तुम बह रही हो, अरे, मैं सन्तान प्रेम विह्वला तेरी वही जननी हूँ। इसी पुण्य भूमि मथुरा—वृन्द्रावन में मुरली मनोहर रूप से आविर्भूत होकर, अपनी एकान्त स्नेहभरी सन्तान अर्जुन को निमित्त करके सारी विश्व सन्तानों प्रति घोषणा की थी—"यत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति, तदऽहं भक्त्युपहृतऽश्नायि प्रयतात्मनः।" "मेरी आदर भरी सन्तानें फूल पत्ता जल जो कुछ भक्ति सहित देती हैं, विचार करने का अवसर मुझे नहीं होता और न केवल ग्रहण करके ही प्राण सन्तोष मानते हैं, उसे तो मैं क्षुधातुरा की भांति खाने लगती हूँ।" मा, तुम्हारी यह घोषणा ही प्राणों का भरोसा है, मेरी यही—नई पोषाक पहिनकर मा परानन्दित होंगीं, और मुझे हृदय से लगाकर आदर करेंगीं। इस अनन्त काल के विशुष्क कण्ठ में ज्ञानास्तन्य अमृतभरा डालेंगी। मेरी जन्त जन्मान्तरीय जगत भोग की प्रदीप्त क्षुधा हमेशा के लिये शान्त करेंगी, तब मैं पुण्य चरण सत्यद्रष्टा ऋषि के स्वर "या देवी सर्व भूतेषु तुष्टि रूपेण संस्थिता

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः"
कहती हुई माकी तुष्टि मूर्त्ति के चरणों में प्राण
विगलित हृदय से पुनः पुनः प्रणाम करूंगी।

मा, गंगाजल द्वारा गंगापूजा की भांति,
तुम्हारी 'प्राण प्रतिष्ठा' प्रकाशित कर तुम्हीं
को समर्पित करती हूँ।

प्रसीदः भगवत्यम्ब प्रसीद जगदम्बि के।
प्रसादं कुरुमे मातः ज्ञानदृष्टि व्रतोभवः॥

सहृद पाठक वृन्दों से सानुनय प्रार्थना है,
हमारी अनिच्छा कृत कोई मुद्रण दोष रह
जाय तो उसे क्षमा करें।

॥ इति ॥

मथुरा
अश्विनशुक्ला रात्रि
सम्वत २००८ वि०

मातृ चरणाश्रिता सन्तान·
सुमन आचार्य

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

याचना

गुरो करुणामय प्राणेश्वर
प्राणाधिपते प्राणाराम !

आपकी भवव्याधि पीड़ित--जन-हित कारिणी करुणा धारा मूर्त्तिमती होकर "प्राण-प्रतिष्ठा" नामक पुस्तकाकार में अरूप से सरूप होकर प्रकट हुई है। मूल बङ्गला भाषा में होने के कारण अधिकारी पिपासू जन प्राणों का सन्धान पाकर अब तक धन्य हो रहे हैं, कई संस्करण होने पर भी आग्रह जैसा का तैसा ही क्या ! अपितु दिन दिन अधिक होता जा रहा है। किंतु हिन्दी भाषी अभी तक वंचित रहे। नाथ ! आपकी ही असीम करुणा और अनुप्रेरणा से आज हिन्दी नव कलेवर हो रहा है।

प्रभो ! पथ भ्रान्त साधक प्राणोंका सन्धान पाकर प्राणमय कर्म करें और अपने अपने आराध्य देवता का सामीप्य अनुभव कर जन्म

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

जीवन सार्थक करें। आराध्य देवता की दूर-वर्त्तिता की भ्रांति दूर हो। अपने अपने हृदय विलासी देवता को पहचान कर आदर करें और तद् महिमा से महिमान्वित हो उठें।

आपका पद प्रान्त आश्रित

वनवारीलाल अनुवादक

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

अधिकार

जो सत्य प्रतिष्ठा में पूर्ण रूप से अभ्यस्त हो चुके हैं, जो सर्वव्यापी परमेश्वर की सत्ता को निर्विकार निःसंशय स्वीकार करने में समर्थ हो सके हैं, बाहिर की वस्तुओं में सत्य प्रतिष्ठा के अनुशीलन द्वारा जिनका चिदाकाश प्रकाशित हो उठा है केवल वे ही इस प्राण पतिष्ठा के योग्य अधिकारी हैं। अथवा यों कहो 'जिनको पूर्वोक्त अधिकार प्राप्त नहीं हुआ, जो गुरु और वेदान्त वाक्यों में अविचल विश्वास नहीं कर सके हैं, उनके लिये यह पुस्तक विशेष फल दायक नहीं होगी। विशेषतः अनधिकारी के हाथों में पड़कर इस अमूल्य रहस्य के लांछित और कलङ्कित होने की भी आशङ्का कम नहीं हैं। यद्यपि 'साधन समर' नामक ग्रन्थ में प्राण प्रतिष्ठा का विषय विशेष रूप से आलोचित हो चुका है तथापि सत्य प्रतिष्ठा में लिखित पति श्रुति की रक्षा करने के लिये ही मङ्गलमयी मा की यह प्रेरणा है एवं उसीके फल स्वरूप विशद और सहज बोध्य भाव से इस प्राण प्रतिष्ठा के रहस्य का प्रकाश है। मा की महती कृपा से यह योग्य अधिकारी द्वारा अनुष्ठित और अनुशीलित होकर स्वमहिमामें प्रतिष्ठित हो।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

* ॐतत्सत् *

प्राणो सर्व्वं समर्पितम् ।
प्राणः प्राणेन याति ,
प्राणः प्राणं ददाति ,
प्राणः प्राणाय ददाति ,
प्राणो पिता प्राणो माता
प्राणो भ्राता प्राणः स्वसा
प्राणोह्यं वैतानि सर्वाणि भवति ।
स वा एष एवम् पश्यन्
एवम् मन्वान् एवम् विजानन्
अतिवादी भवति ।

(छान्दोग्य श्रुति)

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

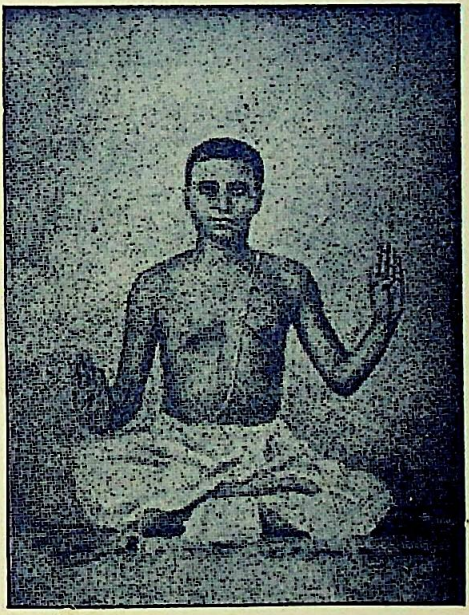
Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ब्रह्मानन्दं परम सुखदं केवलं ज्ञानमूर्त्तिं
द्वन्द्वातीत गगनसदृशं तत्वमस्यादि लक्ष्यम् ।
एकं नित्यं विलमचलं सर्वधीसाक्षिभूतम्
भावातीतं त्रिगुणरहितं सद्गुरुं तं नमामि ॥

गुरो ! बहुरूपधारी नारायण मूर्त्तये ! तुम्हारी सेवा के लिये यह आयोजन तुम्हारा ही है ! अपनी सेवा से आप ही परितृप्त होओ ! घोर जड़त्व दृष्टि को हटाकर एक बार फिर प्राणमयी चैतन्यमयी दृष्टि उन्मेषित करो ! जड़त्व का भ्रम वा कुहासा दूर हो ! सेवा सफल हो ! सेवक धन्य हो !

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS



श्रीसत्यदेवजी महाराज

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

LIBRARY
No.....
Shri Shri Ma Anandamayee Ashram
BANARAS

प्राण-प्रतिष्ठा

आओ सत्य प्रतिष्ठ सन्तान ! प्रशान्त समाहित चित्त से मा का अतुलनीय स्नेह सम्भोग करो, प्राण-प्रतिष्ठा में दीक्षित होओ। मैं तुम्हारी सच्चिदानन्दमयी मा हूँ, और तुम भी मेरे सच्चिदानन्दमय आत्मज (पुत्र) सन्तान हो। मुझे जानने के लिये अर्थात् मेरी गोद में बैठने के लिये, यह भली भांति जानना होगा कि तुम एक जन्म-मृत्यु, सुख-दुःख, संसार-ताप दग्ध जीवमात्र नहीं हो। सच्चिदानन्द ही तुम्हारा स्वरूप है। इसी से इसके पूर्वसत्य प्रतिष्ठा का अनुशीलन करके मेरे सत् स्वरूप का कथञ्चित् परिचय पाये हो, और उसी के फल से तुम भी सत्य हो, अर्थात् तुम भी एक अद्वितीय सत्ता में सर्वतोभाव से अव-

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

स्थित हो, इसे समझ सके हो। जब मेरे चित् स्वरूप का परिचय ग्रहण करो, तुम प्राणों में प्रतिष्ठित होओ। यदि तुम धर्मों के मात्र बहिरङ्ग अनुष्ठानों में वा अनुशीलनों में पूर्ण रूप से तृप्ति नहीं पा रहे हो, यदि तुम धर्मों के यथार्थ रहस्य जानने के प्रयासी हो, तो फिर तुम किसी भी सम्प्रदाय के साधक क्यों न हो, जाने अनजाने में इसी सरल प्रशस्त सत्य प्रतिष्ठा के ही मार्ग में अग्रसर हो रहे हो, इसी से यहाँ पर केवल सत्य प्रतिष्ठित साधक सन्तानों का जिनका चिदाकाश प्रकाशित हो उठा है, आवाहन किया गया है।

आओ आदर की सन्तान !

प्राण प्रतिष्ठा ग्रहण करो !!

प्राण क्या हैं, सो किसी को विशेष भाव से बताने की आवश्यकता नहीं होती, कारण मनुष्य मात्र ही "प्राण" कहने से, "हृद्देशस्थ एक अव्यक्त चैतन्यमय सत्ता" को लक्ष्य किया करते हैं। यद्यपि प्राणों के स्वरूप और महिमा के विषय में अनेक ही पूर्णतः अनभिज्ञ हैं, तथापि प्राण "हैं" इसे जीवित मनुष्य मात्र

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ही जानते हैं। समझ सकते हैं एवं अल्पाधिक अनुभव भी किया करते हैं। प्राण नामक एक कुछ वस्तु है, एवं वह कुछ वस्तु चेतन ही है। इस विषय में किसी को किसी प्रकार का संशय भी नहीं होता, और यह प्राण कहाँ हैं? पूछने पर अल्प वयस्क बालक तक हृदय को बतादेते हैं। सुतरां प्राण शब्द से हृदय देश में अस्फुट भाव से ही अनुभव योग्य एक अव्यक्त चैतन्यमय सत्ता विशेष को समझ सकने से ही प्राण-प्रतिष्ठा में प्रवेश करने की योग्यता प्राप्त हो सकती है।

यदि मा ने तुमको गुरु मूर्ति में दर्शन दिए हों तब तो कोई चिन्ता नहीं, प्राण क्या हैं, एवं किसी प्रणाली से प्राण-प्रतिष्ठा का अनुशीलन करने होता है; सो श्री गुरु के मुख से सुन लेने से फिर कोई संशय ही नहीं रहेगा। किन्तु जिनके सौभाग्य में अभी तक ऐसा सुयोग नहीं घटा है, वे प्राण कहने से पूर्वोक्त रूप एकान्त सहज भाव से खूब स्वाभाविक जितना समझ सकें, मात्र उतना ही ज्ञान लेकर इस प्राण-प्रतिष्ठा की साधना

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

आरम्भ कर सकते हैं। साधक! यह जो तुम्हारे हृदय देश में अनुभव योग्य अव्यक्त चैतन्यमय सत्ता विषयक थोड़ा सा अस्फुट बोध है, उसी की ओर तुम्हें अपनी साधना की गति फिरानी होगी। समझ लो, निःसंशय निर्विचार रूप से स्वीकार करो, वही तुम्हारे प्रत्यक्ष परमेश्वर हैं। देखो, प्राण हैं तभी हो एवं तुम्हारा जो कुछ भी सब है; प्राण नहीं रहने से तुम एवं तुम्हारा कुछ भी नहीं रहता। सारा संसार परित्याग करके भी यहाँ तक कि अपने अङ्गप्रत्यङ्गो तक का परित्याग करके भी केवल प्राणों का अवलम्बन करके ही तुम रह सकते हो; किन्तु इन प्राणों के जाने पर तुम एवं तुम्हारा कुछ भी नहीं रहता। तुमको एवं तुम्हारा कहने को जो कुछ है, उसे इन प्राणों के सिवा और कोई नहीं ठहरा सकता। सुतरां यह प्राण ही तुम्हारे प्रत्यक्ष परमेश्वर हैं, प्रत्यक्ष इष्ट देव-गुरु हैं। और दूसरी ओर से देखो– तुम कितने ही पापोंके नाच नाचो, यह प्राण देवता किसी भी अवस्था में घृणाभाव से तुमको परित्याग करके नहीं चले जाते। और चाहे कितने ही पुण्यों के अनुष्ठान क्यों

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

न करो कितने ही सुखभोग क्यों न करो, अपने इन हृदयदेव को छोड़कर इन सब भोगों के भोगने की कोई सम्भावना ही नहीं। ये प्राणदेवता ही वास्तव में तुम्हारे सखा, सुहृत, मित्र, बन्धु; पिता, माता, गुरु जो कहो सब हैं। यही तुम्हारे जीवन मरण के अकपट नित्य सङ्गी अच्युत सारथी हैं। गीता में स्वयं भगवान ने भी कहा है—ईश्वर सर्व-भूतों के हृदय देश में नित्य अवस्थान करते हैं, (ईश्वर सर्व भूतानां हृद्देशे अर्जुन तिष्ठति)। सुतरां ईश्वर का अन्वेषण करने के लिए कहीं बाहिर-दूर को मत दौड़ो। जो तुम्हारे सबसे निकट, जो तुम्हारे सर्वापेक्षा प्रियतम हैं, जिनके निकट से तुम क्षण भर को भी विच्युत वा दूर नहीं, उन्हीं को उन्हीं हृदयदेशस्थ अस्फुट चैतन्यमय सत्ता को ईश्वर बोल कर समझ लो; उन्हीं की पूजा करो, उन्हीं की उपासना करो("तमेव शरणं गच्छ सर्व भावेन भारत," उन्हीं प्रियतम की वाणी है)। तुम्हारे यह प्राण देवता ही शिव कृष्ण, काली, दुर्गा, राम, विष्णु प्रभृति विभिन्न मूर्त्तियों से प्रकट हुआ करते हैं। तुम्हारे इष्ट मूर्त्ति के रूपों में

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

उन्हीं का प्रकाश हुआ करता है, उनको छोड़ कर और कोई तुम्हारा यथार्थ अभीष्ठ देवता नहीं। मनुष्य जब तक इस तत्व को हृदयङ्गम नहीं कर सकता, तब तक उसकी इष्ट मूर्ति और ही रहती है–अन्य देवता भी और ही रहते हैं, किसी भी प्रकार आत्मीय नहीं होते; सुतरां इस प्रकार (भिन्नता पूर्ण) इष्ट देवता के पास से किसी भी भांति अभीष्ठ फल प्राप्ति की आशा नहीं की जा सकती। *भला दूसरा क्यों दूसरे के लिए अभिलाषित वस्तु प्रदान करेगा?* इस जगत में भी देखा जाता है– जब कोई मनुष्य अन्य किसी मनुष्य का कुछ मङ्गल साधन करने को उद्यत होता है, तब उसके प्रति इस व्यक्ति की सामयिक (कुछ काल के लिए) आत्मीय बुद्धि (अपनापन) हो जाती है, नहीं तो ऐसी परहितैषिणा वृत्ति का प्रकाश कभी भी नहीं हो सकता। अच्छा जो हो, तुम सरल भाव से समझ रक्खो (विश्वास करो)—प्राण ही ईश्वर हैं। प्राणों से ही विश्व की सृष्टि, स्थिति, लय होती है और ये प्राण ही काली कृष्णादि विभिन्न मूर्त्ति धारण करके अभय वर प्रदान करके साधकों को धन्य

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

किया करते हैं। प्राण वस्तु ही घनीभूत होकर विभिन्न नाम और रूपों को लेकर प्रकाश पाती है। विभिन्न देवमूर्त्तियाँ हमारी भांति रक्त मांसादि निर्मित देह विशिष्ट नहीं हैं। यह चिद्घन मूर्त्ति हैं, अर्थात् प्राण वस्तु ही कुछ घनी होकर साधकों के संस्कारानुरूप आकारों में आकारित होती है एवं प्रत्यक्षीभूत होकर साधक सन्तानों को ज्ञान प्रदान कर धन्य कर देते हैं। यह तत्व जब तक उन्मेषित न हो, तब तक इष्ट देव कभी भी आत्मीय नहीं होते। अथवा तब तक इष्ट देव में कभी भी आत्म समर्पण नहीं किया जाता। जो हमारे भीतर "मैं" नाम से परिचय दे रहे हैं, जो हमारे आत्म देव हैं, जिनकी विद्यमानता वशतः हमारे चक्षुरादि इन्द्रियाँ रूप रसादि विषय ग्रहण करने में समर्थ होते हैं, जिनकी उप-- स्थिति वशतः यह जड़ मांस पिण्डमय देह चेतन बोली जाती है अरे वही तो हैं ईश्वर, वही तो इष्ट देव हैं, वही तो आत्मा हैं, वही प्राण हैं। उनका आदर करो, पूजा करो, उनका महत्व दर्शन करो, तुम धन्य हो जाओगे। इसी से कहता हूँ, प्राण को पकड़

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

सके तो सभी देव देवी मूर्त्ति धरने का उपाय पा जाओगे ।

प्राणों को कैसे धरा जाय ? बाहर के स्थूल पदार्थों को एवं अन्तर की भाव राशियों को प्राण बोलकर समझ सके तो पकड़ में आ जाते हैं। यथार्थ प्राणों का सन्धान मिल जाता है। सत्य प्रतिष्ठा के अनुशीलन से जैसे सर्वव्यापी भगवत सत्ता समझ में आजाती है, तैसे ही प्राण प्रतिष्ठा के भी अनुशीलन से सर्वत्र प्राण सत्ता का महाप्रसार पकड़ में आ जाता है। बाह्य वस्तुओं का अवलम्बन करके बार बार प्राणों का आरोप करने होता है। विशेषतः आकाश सूर्य-अग्नि आदि में एवं अपनी अपनी इष्ट मूर्त्ति में बारंबार प्राणों का आरोप करना खूब ही आवश्यक है। भीतर में जो अव्यक्त चैतन्य सत्ता है, अनुभव होती है, यह जो आस्तित्व मात्र के अस्फुट अनुभव रूप प्राण हैं, वही सन्मुखस्थ स्थूल पदार्थ रूप में बिराज रहे हैं,ऐसी धारण का अभ्यासकरना होता है। और इसी भांति अन्दर की प्रत्येक

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

भाव, चिन्ता वा वृत्तियों के ऊपर भी प्राणों के आरोप का अभ्यास करना होगा। अन्दर के भाव सब प्राणों की ही भिन्न भिन्न अभिव्यक्ति हैं, यह विशेष भाव से वारवार देखना होता है। इस प्रकार क्या अन्दर क्या बाहिर प्राणों के आरोप के साथ साथ अपना अपना इष्ट मन्त्र जप अथवा कोई अभीष्ट प्रिय(भगवत्) नाम उच्चारण करना होता है। ऐसा करते करते मा की महती कृपा से प्राणों का केन्द्र पकड़ में आ जाता है। मानो हृदय में कुछ ठिक रहा है ऐसा जान पड़ता है। कोई कोई प्राण केन्द्र पकड़ने के लिए इन सब उपायों को न करके केवल वक्षस्थल के भीतर अनुसंधान किया करते हैं। और कोई कोई इसी प्रकार हृदय देश में अपनी अपनी अभीष्ट मूर्त्ति की कल्पना किया करते हैं। इन सब उपायों के द्वारा भी, हो सकता है, प्राण केन्द्र, पकड़ में आजाय किन्तु हम तो जानते हैं कि अन्य सब उपायों की अपेक्षा पूर्वोक्त उपाय सहज साध्य और स्वाभाविक है। अन्दर की प्रत्येक वृत्ति में एवं बाहर की प्रत्येक वस्तु में पुनः पुनः प्राणों का आरोप और दर्शन करने का जो

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

सके तो सभी देव देवी मूर्त्ति धरने का उपाय पा जाओगे ।

प्राणों को कैसे धरा जाय ? बाहर के स्थूल पदार्थों को एवं अन्तर की भाव राशियों को प्राण बोलकर समझ सके तो पकड़ में आ जाते हैं। यथार्थ प्राणों का सन्धान मिल जाता है। सत्य प्रतिष्ठा के अनुशीलन से जैसे सर्वव्यापी भगवत सत्ता समझ में आजाती है, तैसे ही प्राण प्रतिष्ठा के भी अनुशीलन से सर्वत्र प्राण सत्ता का महाप्रसार पकड़ में आ जाता है। बाह्य वस्तुओं का अवलम्बन करके बार बार प्राणों का आरोप करने होता है। विशेषतः आकाश सूर्य-अग्नि आदि में एवं अपनी अपनी इष्ट मूर्त्ति में बारंबार प्राणों का आरोप करना खूब ही आवश्यक है। भीतर में जो अव्यक्त चैतन्य सत्ता है, अनुभव होती है, यह जो आस्तित्व मात्र के अस्फुट अनुभव रूप प्राण हैं, वही सन्मुखस्थ स्थूल पदार्थ रूप में बिराज रहे हैं,ऐसी धारण का अभ्यासकरना होता है। और इसी भांति अन्दर की प्रत्येक

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

भाव, चिन्ता वा वृत्तियों के ऊपर भी प्राणों के आरोप का अभ्यास करना होगा। अन्दर के भाव सब प्राणों की ही भिन्न भिन्न अभिव्यक्ति हैं, यह विशेष भाव से वारवार देखना होता है। इस प्रकार क्या अन्दर क्या बाहिर प्राणों के आरोप के साथ साथ अपना अपना इष्ट मन्त्र जप अथवा कोई अभीष्ट प्रिय(भगवत्) नाम उच्चारण करना होता है। ऐसा करते करते मा की महती कृपा से प्राणों का केन्द्र पकड़ में आ जाता है। मानो हृदय में कुछ ठिक रहा है ऐसा जान पड़ता है। कोई कोई प्राण केन्द्र पकड़ने के लिए इन सब उपायों को न करके केवल वक्षस्थल के भीतर अनुसंधान किया करते हैं। और कोई कोई इसी प्रकार हृदय देश में अपनी अपनी अभीष्ट मूर्त्ति की कल्पना किया करते हैं। इन सब उपायों के द्वारा भी, हो सकता है, प्राण केन्द्र, पकड़ में आजाय किन्तु हम तो जानते हैं कि अन्य सब उपायों की अपेक्षा पूर्वोक्त उपाय सहज साध्य और स्वाभाविक है। अन्दर की प्रत्येक वृत्ति में एवं बाहर की प्रत्येक वस्तु में पुनः पुनः प्राणों का आरोप और दर्शन करने का जो

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

उपाय है, यही अपेक्षाकृत सहज और अव्यर्थ है। उपनिषदादि शास्त्रों में नाना भांति इसी प्रकार प्राण-प्रतिष्ठा उपदिष्ट हुई है। इस प्राण प्रतिष्ठा का अनुशीलन कारी कोई कभी भी विफल मनोरथ होते नहीं पाया, तब हाँ, अधिकारी भेद और आरोप की दृढ़ता के तारतम्यानुसार, समय में अल्पाधिक हो सकता है, किन्तु सफलता अवश्यंभावी है यह निसंशय है। विशेष बात यह और है कि इसमें किसी प्रकार का विघ्न वा गिरने की आशङ्का नहीं, केवल सरल प्राणों से अन्दर बाहर सर्वत्र प्राणों का दर्शन करना होता है, यही श्रुति प्रतिपादित और पूज्य पाद ऋषि जन सेवित सरल और सहज मार्ग है।

सत्य प्रतिष्ठा के अभ्यासी साधकों के लिये यह अतीव प्रीतिकर और अनायास-साध्य अनुष्ठान है। इस प्रकार के आरोप के साथ साथ कुछ कातर प्रार्थना का करना भी आवश्यक है। वस्तु मात्र में ही प्राण हैं इसे पूर्णतः जानने के लिये पहले पहल कुछ युक्ति और विचार की सहायता लेनी होगी। यह

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

जगत सत्य सत्य प्राण की ही मूर्त्ति है। इसके जानने में किसी प्रकार का संशय वा विपर्य्य भावना न रहे! जब तक तनिक भी संशय रहे, तब तक विचार और युक्ति की सहायता से विशेषतः उपनिषदादि शास्त्र एवं श्री गुरु प्रदत्त जीवन्त उपदेश द्वारा निःसंशय रूप से परोक्ष ज्ञान कर लेना होता है। जब देखो कि तुम्हारे मन में अब किसी प्रकार का कोई संशय नहीं उठता, तब ही समझ लो, तुम्हारा प्राण-प्रतिष्ठा रूप साधना करने का अधिकार हुआ है। इसके पूर्व सत्य प्रतिष्ठा की आलोचना में बताया गया था– बाह्य वस्तु और अन्दर के भाव मात्र ही सत्य हैं, वही प्रत्यक्ष परमेश्वर हैं, ऐसी भावना का पुनः पुनः अनुशीलन करना होगा। अब यहाँ कहा जाता है कि, वह सत्य स्वरूप परमेश्वर अन्य कोई नहीं, वह हमारे ही प्राण हैं। जो हमारे अन्दर प्राण रूप से विराजमान हैं– वही इस व्यक्त विश्व रूप से इस स्थूल देह तक यावतीय दृश्य प्रपञ्च रूप से एवं अन्तरस्थ भाव कल्पनादि रूप से प्रकाशित हो रहे हैं, वही हमारे इष्ट

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

हैं, वही हमारे प्रिय हैं, वही हमारे जन्म जन्मातर के प्रिय और चिर साथी हैं।

ऐसा आरोप ठीक ठीक हो रहा है या नहीं, उसकी एकमात्र परीक्षा यह है कि जिस वस्तु वा भाव में प्राणों का आरोप किया जायगा, वह वस्तु वा भाव उस समय अत्यंत प्रिय जान पड़ेगी। लकड़ी--मिट्टी--पत्थर--वृक्ष लता--चन्द्र--सूर्य--अग्नि, जिसे भी पकड़ोगे, किसी पर भी आरोप क्यों न करो-- वह ठीक अपने प्राणों की ही भांति प्रिय होने लगेगा। प्रथम प्रथम ऐसा प्रियत्व बोधमात्र आरोप काल में ही आवेगा, अन्य समय नहीं रहेगा। सो होने दो, उससे कुछ हानि नहीं, जब जब भगवान की याद आवे, तभी प्राण को ही भगवान समझने को सचेष्ट होना। प्राणरूपी भगवान ही इस सामने के पदार्थ रूप में प्रतीयमान हो रहे हैं, ऐसा सत्य अनुभव प्रकट होना ही बहुत है। इस विषय में एक और विशेष बात यह है कि पहले जो चिदाकाश की बात कही गई थी, उस सूक्ष्म आकाश में प्राण प्रतिष्ठा रूप अनुशीलन खूब प्रीतिकर

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

और शीघ्र फलदायक होगा। क्योंकि यह आकाश बहुत कुछ प्राण धर्मी है। हमारे पूर्व प्रस्ताव अनुसार वाह्य वस्तु में सत्य धारण करते मात्र जिनका शुभ और स्वच्छ प्राण मुग्ध कर आकाश प्रकाशित हो उठता है, वही प्राण-प्रतिष्ठा अनुशीलन के योग्य अधिकारी हैं। ऐसे अधिकारी उस आकाश को लक्ष्य करके एवं उसी आकाश के अन्तराल होकर क्षीण भाव से जो सब पदार्थों की सत्ता परिलक्षित होती है, उन सब पदार्थों को लक्ष्य करके तीव्र भाव से प्राण आरोप करना आरम्भ करें तो वह आकाश पूर्ण प्राण मय रूप से - चैतन्य मय रूप से, अतीव प्रियतम रूप से प्रकाशित हो उठता है। वह इतना आकर्षक प्राण मन मुग्ध कर लोभनीय है, इतना प्रियतम रूप से प्रतिभात होने लगता है कि उसे फिर किसी प्रकार छोड़ने की इच्छा नहीं होती, मालूम पड़ता है— इसे लेकर चिर काल रहा जा सकता है। कारण, वही तो प्रत्यक्ष प्राण है— जहाँ पर जन्म-मृत्यु-सुख दुख-स्वर्ग-नरक किसी का भी कोई संस्पर्श नहीं। ऐसा जान पड़ता है— एक अखण्ड चैतन्यमय

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

पूर्ण सत्ता सर्वत्र उद्भासित हो रही है यह अति प्रत्यक्ष, अति स्वाभाविक एवं नितांत सहज भाव में ही अनुभव योग्य होती है।

प्रचलित जितने प्रकार के साधन मार्ग देखने में आते हैं, उनमें प्रायः सभी भगवान से प्रेम करने अर्थात् भक्ति करने की चेष्टा करते हैं एवं यथासाध्य भक्ति का अनुशीलन भी किया करते हैं। जो निर्गुण ब्रह्म का ध्यान करते हैं, वे भी निर्गुण भाव को प्रेम करते अर्थात् उसके साथ नित्य युक्त रहने की चेष्टा करते हैं। प्रेम मार्ग का स्वभाव ही है कि परस्पर को सर्वदा युक्त रख सकने से ही मानो वह पूर्ण होगा। हमने किन्तु मा की महती कृपा से और भी एक शिक्षा पाई है, वह है "भगवान को प्रेम नहीं करना होगा, जिससे स्वभावतः ही प्रेम है उसे भगवान (का रूप) मानने की चेष्टा करो"। इस बात को थोड़ा बिचार कर देखो।

जीव साधारणतः अपने प्राणों से प्रेम करता है, और यह प्रेम एकान्त स्वाभाविक एवं अहैतुक है, यह शिक्षा वा अनुशीलन

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

करके नहीं लाना होता। वही जो नित्य सिद्ध सहज प्रिय वस्तु प्राण है, इन्हीं को भगवान कहकर मानना होगा। पूजा-जप-स्तव-आरोप प्रभृति नाना उपायों से प्राणों की ईश्वर रूप महिमा अनुभव करनी होगी। ऐसा कर सकने से फिर भक्ति के लिये अलग किसी प्रकार अनुशीलन नहीं करना होगा। और यही हैं सत्य पथ। इष्ट देवता को प्रेम-भक्ति करने से जिनका सन्धान मिलता है, जिस सत्य में जाकर पहुँचते हैं, मनुष्य यदि प्रथम से ही उस सत्य पथ का सन्धान पावे तो उसके साधन पथ की दुर्गमता निश्चय ही विलोप हो जायगी। इसी से मा आज प्रियतम सन्तानों के लिये अमृतमय पथ का निर्देश कर रही हैं। इस भाव से अग्रसर होने से, ईश्वर भक्ति स्वतः लभ्य हो जाती है, इसका फिर कहना ही क्या है। देखो! जब तक ईश्वर को प्राण रूप में नहीं समझा जाता तब तक ईश्वर पर ही रहते हैं। प्राण को क्या कोई प्रेम कर सकता है? पर एकान्त आत्मीय वस्तु है, किसी भी अवस्था में उससे विच्छेद नहीं होता, मृत्यु के बाद भी नहीं। ओफ! हम

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

कैसे अकृतज्ञ हैं ? जो हमारे नित्य सङ्गी, जो हमारे अच्युत सखा हैं, उनको एक दिन भी नहीं देखा, एक दिन भी आदर नहीं किया। जिनके नहीं रहने से मैं (तक) नहीं रहता, मेरा कहने को भी कुछ नहीं रहता, उनको—उनहीं प्राण देवता को उन अपने मैं को, एक बार देखने की, समझने की, पकड़ने की चेष्टा तक नहीं की ! हाय ! ऐसे हम अकृतज्ञ; ऐसे हम अधम ! कितने जन्म चले गये, भगवान, भगवान करते, आत्मा कहते कहते, ब्रह्म कह कर, ईश्वर कह कर, काली-कृष्ण-शिव-दुर्गा कह कर कब से दौड़ रहे हैं, किन्तु वह हमारे भगवान कौन हैं और कौन हमारे ईश्वर, कौन हैं हमारे इष्ट देव, सो नही समझ सके। कितने दूर दूर तक तो खोजा, हे मेरे हृदय देवता ! इतने पास तुम ! इतने निकटतम तुम ! इतने प्रकाशमय तुम ! हे सखा ! हे बन्धु ! हे सुहृद् ! हे प्रिय ! कैसे तुम इतने दिनों से छिपे हुए थे। मेरे सब सुख दुःखों के मन्थन धन हो तुम * ! इतने सुप्रकट होते

* मेरे अनादि जन्म मृत्यु के पेषण रूप मूल्यों के अमूल्य निधि हो तुम।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

हुए भी इतने अप्रकट कैसे थे ? आओ देवता ! प्रणाम लो ! प्रणाम लो !! प्रणाम लो !!! इस शुष्क हृदय का प्रणाम ग्रहण करो ! धन्य हूँ आज तुम्हें पाया। धन्य हो तुमने दया करके दर्शन दिये। ठीक ऐसी ही एक भाव धारा आकर जो यथार्थ प्राणों के साधक हैं उन्हें बहाले जायगी। यही है असली भक्ति का अनुशीलन, गीता में भगवान ने इसी को "अनन्य भक्ति" कहा है।

इसके पूर्व सत्य प्रतिष्ठा में जो अस्ति और भाति का विषय कहा गया है, उसमें साधारणतः जान पड़ेगा कि अस्ति और भाति मानो दो प्रथक वस्तु हैं, वास्तव में सो नहीं। सत्-चित्, अस्ति-भाति; सत्य और चैतन्य एक ही वस्तु है, भिन्न भिन्न नाम मात्र हैं। हमारे समझने के लिये, सुविधा के लिए, हमारे साधन मार्ग को अपेक्षाकृत सुगम करने के लिये सत्य और चैतन्य को प्रथक भाव में कहा गया है। किन्तु वस्तुतः सत्य प्रतिष्ठा कहने से जो समझ में आता है, प्राण प्रतिष्ठा कहने से भी वही समझा जाता हैं। प्राण

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

अर्थात् चैतन्य वस्तु बिन बूझे, विना पकड़े; सत्य क्या है, उसका यथार्थ अनुभव ही किसी भांति नही होता। चैतन्य एक अखण्ड पूर्ण क्षयोदय रहित एवं प्रकाश स्वरूप है। यहाँ पर चैतन्य का थोड़ा संक्षिप्त लक्षण कहा जाता है। जो अपने को जाने एवं अपने से भिन्न जो कुछ हो उसे भी जान सके, उसी का नाम है चैतन्य। इसके विपरीत जो है वही जड़ है। देखो देह आपही अपने को नहीं जानती एवं और किसी वस्तु को भी नहीं जान सकती, इसी से देह जड़ है। किन्तु ज्ञान अपने को जाने एवं और वस्तु को भी जानता है। इसी से वह चेतन हैं। ज्ञान और चेतन अभिन्न वस्तु है। सीधी बात में जिसे जाना जाय उसी का नाम है चैतन्य। चैतन्य वस्तु सत्ता हीन नहीं, इसी से अस्तित्व और चैतन्य, सत् और चित्, सत्य और प्राण एक ही वस्तु हैं। वस्तु एक ही हैं नाम मात्र भिन्न हैं। चैतन्य और प्राण अभिन्न वस्तु हैं, यह किसी को बताना नहीं होता, मनुष्य मात्र ही को इसका स्वाभाविक अनुभव है। देह में जब तक प्राण रहते हैं, तब तक ही वह

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

चैतन्यमय रूप से प्रतीयमान होती है, फिर यही देह जब प्राण हीन होती है तब वह काष्ठ लोहादि जड़ पदार्थवत् हो जाती है। इसी चैतन्य वस्तु को वा प्राण को समझ सकने से ही मनुष्य का जन्म धारण सार्थक हो जाता है; कारण--इस जन्म में ही उसका पुनः पुनः जन्म मृत्यु रूप संसार प्रवाह हमेशा के लिए निवृत्त हो जाता है। एक मात्र प्राण-प्रतिष्ठा द्वारा मनुष्य अनायास में इस चैतन्य का साधन पा सकता है।

पूर्व कहा जा चुका है, बाहिर की समस्त वस्तु में एवं अन्दर के प्रत्येक भाव में प्राणों का आरोप करना होता है। इस प्रकार आरोप के साथ ही साथ जो सब मन्त्र वा स्तोत्रादि उच्चारण किये जांय, सो भी प्राण-मय भावों से उच्चारण करने चाहिये। जब तक ये प्राण देवता को बिना स्पर्श किये उच्चारित होते हैं तब तक वह निर्जीव व मृत ही रहते हैं। ऐसे मृत स्तोत्र मन्त्रादि के उच्चारणों से आशानुरूप फल कभी भी प्राप्त नहीं होता। इसी से कहता हूँ—जब कोई भी मन्त्र

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

उच्चारण करो, लक्ष्य रखना। जिससे वह प्राणों से ही आवे। और सत्य सत्य है भी वही यह जो शब्द रूप से अभिव्यक्ति (प्राकट्य) है वह भी तुम्हारे प्राण ही हैं, अन्य कुछ नही। तुम प्राणों को देख नहीं पाते, समझ नहीं सकते, पकड़ नहीं सकते, यह बात सत्य है, किंतु तुम्हारे कंठ से जो शब्द निकलते हैं, वह तो तुम्हारे प्राण देवता ही का शब्दमय आविर्भाव है। शब्द ही तो जीवन का चिन्ह है। मृत देह तो कभी बात नहीं करती। सुतरां यह जो तुम्हारे कण्ठस्वर की अभिव्यक्ति है, वह भी तुम्हारे प्राण ही हैं, अन्य कोई नहीं। इस सत्य ज्ञान को निसंशय रूप से धारण करते हुए अपने उच्चारित स्तोत्र मन्त्रादिकों को प्राण मानकर पकड़ने का अभ्यास करो, उनकी ओर लक्ष्य रखते हुए प्राण प्रतिष्ठा करो। जब जिस मन्त्र को उच्चारण करो, उसे प्रत्यक्ष प्राण का इष्टदेव मानकर समझना। कुछ दिनों ऐसा करते करते देखोगे कि तुम्हारे उच्चारित मन्त्रादि धीरे धीरे चैतन्यमय होने लगे हैं। क्यों वा कैसे होता है, सो मत पूछो, स्वीकार करो—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

मा की कृपा से होता है। तुम करो निश्चय ही फल पाओगे। किसी भी एक मन्त्र को लेकर परीक्षा कर देखो, यह कितना सत्य है। इस मन्त्र चैतन्य में एक सुविधा यह है कि कोई भी एक मन्त्र किसी का यदि चैतन्यमय हो उठे तो उसके सभी मन्त्र अपने आप चैतन्य-मय हो जाते हैं।

प्रियतम साधक सन्तानो ! जब तुम "प्राण गोविंद" बोलते हुए "प्राण कृष्ण" बोलते हुए "प्राण हरि" बोलते हुए मधुमय नाम कीर्त्तन करने लगो, किम्वा "प्राण और नित्यानन्द" राधे राधेश्याम गोविंद बोलो, सीता सीताराम बोलो, हर हर महादेव बोलो, उच्च स्वर से गाते हुए नृत्य करने लगो। "अच्युत गोविंद हरे मुरारे" बोलने लगो, तब देखना–पुनः पुनः उधर लक्ष्य करते हुए देखना—थोड़ी थोड़ी अनुभव करने की चेष्टा करना। जो प्राण रूप से तुम्हारे हृदय देश में अधिष्ठित रहते हुए तुमको जीवित बनाये हुए हैं, वह प्राण ही इस गोविंद, कृष्ण, हरि, माधव, यादव आदि शब्द रूप में तुम्हारे कण्ठ में से आत्म प्रकाश

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

कर रहे हैं। यह जो नाम है। भैया ! यही तो प्राण है। कुछ दिन इस प्रकार प्राणमय नाम का जप करो, श्रद्धा के साथ, आग्रह के साथ करो। लाख बार, हज़ार बार नहीं ले सके—हानि नहीं, दो चार बार करो किन्तु प्राणमय होकर करो। देखोगे-दिन दिन तुम अपने प्रियतम देवता के निकट होते जा रहे हो; तुम्हारा नाम चैतन्यमय होने लगा है। तब समझ सकोगे। "नाम के सङ्ग रहते नित्य आप श्री हरि" वाक्य का क्या अर्थ है। नाम और नामी अभेद कैसे हैं? यह तत्त्व तब तुमको प्रत्यक्ष अनुभव होगा। ये सब महाजनों के वाक्य फिर तुम्हारे सामने अर्थ हीन उपदेश मात्र नहीं रहेंगे, तब सत्य ही तुम समझ सकोगे। * "*एक बार हरिनाम यत पाप हरे, जीवों की साध्य नहीं तत पाप करे।*" *

---

* अर्थात एक बार भगवान का नाम लेने से जितने पाप नष्ट हो जाते हैं जीव उतने पाप करने में शक्तिहीन होता है।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

महाप्रभु चैतन्यदेव ने ऐसे प्राणमय नाम द्वारा ही देश को मतवाला कर डाला था।

केवल नाम जप कीर्त्तन में ही प्राणों की ओर लक्ष्य रखोगे सो नहीं, जब इन मूर्तियों का ध्यान करो किंवा देव विग्रह दर्शन करो, तब भी देखना जो तुम्हारे प्राण हैं जो सर्व जीवों के हृदयाधिपति परमेश्वर हैं जो सर्व व्यापी सर्व शक्तिमान महाप्राण हैं, वही तुम्हारे ऊपर अति कृपालु होकर इस समय इस मूर्ति का रूप धारण कर तुम्हारे सामने उपस्थित हुए हैं। उनको प्रणाम करते हुए अपने ही प्राणों को प्रणाम कर रहे हो। धारण करो, उनकी पूजा करने में तुम्हारी ही पूजा हो रही है—ऐसा अनुभव करो। ऐसे ही सर्वत्र हो। विग्रह उपासना में प्राणों ही की उपासना हो रही है। इसके देखने में—अनुभव करने में भूल न हो। इस प्रकार केवल देव मूर्ति में ही नहीं निज निज गुरु मूर्ति में भी प्राणों ही का घनीभूत विकाश दर्शन करना होता है। कुछ दिन श्रद्धा के साथ ऐसा करने से ही अहैतुकी भक्ति का सन्धान

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

पाओगे, एवं उसके फल स्वरूप तुम्हारा जन्म जीवन चरितार्थ होगा। तुम नित्यानन्द मय अद्वैत चैतन्य स्वरूप का संधान पाकर धन्य होओगे।

अनेक जन मन्त्र जप काल में अपने हृदय देश किम्वा मस्तक में अथवा सामने उस मन्त्र प्रतिपादित इष्ट मूर्ति का चिन्तवन करने की चेष्टा किया करते हैं, उसी से उनको बहुधा विडम्बित होना पड़ता है, यह अनेक साधकों के मुख से सुनने में आता है। कारण—मूर्त्ति के एक अङ्ग की चिंता करते करते अन्य अङ्ग खो जाता है। चरण देखते हैं तो मुख नहीं देखते, मुख देखते हैं तो चरण खो बैठते हैं, ऐसी असुविधा अनिवार्य हो उठती है। सुतरां ऐसी अवस्था में अनेक ही साधक "साधना करना बड़ा ही दुरुह कार्य है" ऐसी धारणा बाध्य होकर मन में करके हतोद्यम हो पड़ते हैं, किन्तु यदि इस सत्यज्ञान को लेकर साधना की जाय अर्थात् प्राण ही तो मूर्त्ति के आकार से आकारित हैं, इसे ठीक ठीक समझते हुए मूर्त्ति चिंता करें, तो

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

उस मूर्त्ति के किसी भी अङ्ग को लेकर साधना निर्विघ्न चल सकती है, एवं उसी से पूर्ण परितृप्ति पा जांय। यह तो हुई मूर्त्ति के सम्बंध में। इसके अलावा यदि कोई उस मन्त्र को ही इष्ट देवता रूप समझ सके—यह उच्चारित शब्द ही तो हमारे इष्ट देव हैं—इसे निःसंशय होकर स्वीकार कर सके, एवं पुनः पुनः उस उच्चारित मन्त्र में ही पूर्वोक्त प्राण प्रतिष्ठा कर ले; तो साधना और भी सहज हो जाय। इस उपाय से अति सहज में मन्त्र चैतन्य हो जाता है।

प्राण तो स्वयं चैतन्य स्वरूप वस्तु हैं। चैतंय सम्बन्ध में जिससे साधकों की धारणा और भी खुलासा हो उठे, एक और प्रकार दिखाया जाता है। सर्व्वेन्द्रिय विवर्जित अथच सर्व्वेन्द्रिय समन्वित एक सत्ता विशेष धारणा कर सकें तो यथार्थ चैतन्य वस्तु का सन्धान पा सकते हैं। चक्षु कर्णादि कोई इन्द्रिय नहीं, अथच दर्शन श्रवणादि-यावतीय इन्द्रिय क्रियाएं हैं, ऐसी कोई व्यापक सत्ता की पुनः पुनः धारणा कर सकें तो प्राणों का सन्धान

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

मिल जाता है। बाहिर के स्थूल पदार्थों को उन प्राणों की ही घनीभूति मूर्त्ति रूप में पुनः पुनः देखते देखते जान पड़ेगा—हृदय में मानो कुछ स्पर्श हो रहा है—यह प्रत्यक्ष अनुभव होगा। कल्पनामें नहीं। जब प्रत्यक्ष ऐसा होने लगता है, तब यावतीय साधना के अनुष्ठानों को इस सत्ता की ओर लक्ष्य रखने की इच्छा होती है, मानो खोया हुआ खजाना मिल गया, ऐसा मालूम पड़ता रहता है। मन बार बार उसको स्पर्श करने के लिए लालायित होता है; किन्तु स्पर्श की चेष्टा करते मात्र लौट आता है—विषय चिन्ताएँ आ उपस्थित होती हैं। इस प्रकार कुछ दिनों तक चलता है। तीव्र आग्रह और पुनः पुनः अभ्यास के फल से इस प्राणमय सत्ता को लेकर कुछ काल ठहरने की सामर्थ्य प्राप्त होती है। वही स्नेहमयी जननी है ऐसा समझकर क्षण क्षण में मा की गोदी में बैठने की इच्छा होती है एवं थोड़ी थोड़ी बैठने की सामर्थ्य भी होती हैं। उस समय धीरे धीरे उसमें चक्षु कर्णादि इन्द्रियों के धर्मों का आरोप करना वा देखना

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

होता है। दर्शन श्रवण-आघ्राण आदि यावतीय इन्द्रिय क्रियाएँ मानो इसी स्थान से ही पूरी हुआ करती हैं—ऐसा बोध होता रहता है। रूप देखने के लिए चक्षु इन्द्रिय की कोई आवश्यकता नहीं—शब्द सुनने के लिए कर्ण इन्द्रिय का प्रयोजन नहीं - ऐसे ही अन्यान्य इन्द्रियों के सम्बन्ध में समझो। क्रम से भली भांति स्पष्ट उपलब्धि कर सकोगे कि इन्द्रिय विवरों को बिलकुल छोड़ कर भी केवल हृदय देश मात्र से ही अर्थात् प्राण केन्द्र से ही यावतीय इन्द्रिय धर्म निष्पन्न (पूरे) हो रहे हैं। कुछ दिन व्यवहारिक जीवन के साथ मिलाकर ऐसा करना होता है।

यहाँ पर इन्द्रिय सम्बन्ध में प्रसङ्गत दो एक बात कही जाती हैं। साधारणतः हम चक्षु कर्णादि इन्द्रिय विवरों को अर्थात इन्द्रिय के आने जाने के मार्ग को ही इन्द्रिय समझ बैठते हैं, वास्तव में यह नहीं है। इन्द्रियाँ तो प्राणों ही की भिन्न भिन्न शक्ति प्रवाह मात्र हैं। प्राणों की जो रूप ग्रहण करने की शक्ति वा इच्छा है, वही वास्तव में चक्षु इन्द्रिय है।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

इसी प्रकार प्राणों की जो शब्द ग्रहण करने की शक्ति—सामर्थ्य वा इच्छा है वही कर्णेन्द्रिय है। अन्यान्य इन्द्रियों के सम्बन्ध में भी इसी प्रकार समझो प्राणों का पंच प्रकार शक्ति प्रवाह वा इच्छा प्रवाह है-वही पंचेन्द्रिय नाम से जाना जाता है। थोड़ा अनुभव सम्पन्न कोई भी व्यक्ति इस सत्य की ओर लक्ष्य करे तो इसकी प्रत्यक्षता पा सकता है।

अच्छा जो हो, यह इन्द्रिय प्रवाह हृदयस्थ प्राण केन्द्र से ही आ रहा है, इसे अनुभव करने की कुछ दिन चेष्टा करे तो प्राण सत्ता उज्वलतर रूप से प्रतिभात होने लगती है—अर्थात् प्राण एक चैतन्यमय वस्तु हैं, यह भली प्रकार समझ में आ जाता है। इसे छोड़ कर विभूति की ओर भी इस समय कुछ कुछ प्राप्ति हो सकती है। दूर दृष्टि दूर श्रवण परिचित्ताज्ञता (दूसरे के मन की बात जानना) आदि शक्तियों का कुछ कुछ विकाश होना खूब ही सम्भव है। किन्तु जो साधक है, वह उस ओर विन्दु मात्र भी लक्ष्य न करें। यह सब प्राणमयी मा की ही शक्ति मात्र है, यह

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

समझते हुए इन सब विभूतियों में कभी भी प्रलुब्ध न हों वा किसी भांति अभिमान न करें। यह सब अलौकिक शक्ति मेरी नहीं। माँ की, गुरु की है। अकपट प्राणों से इसे स्वीकार करें। विशेषतः उस ओर लक्ष्य ही न राखे। तुम तो मातृ पिपासू सन्तान हो, तुम्हारा लक्ष्य होना चाहिये मा की ओर। तुम केवल हर क्षण प्राणों का आदर करोगे। तुम्हारे प्रिय, प्रियतम, बन्धु, सखा, सुहृत, पिता, माता, इष्टदेव सभी तो वह हैं। उन्ही की ओर देखते रहने की चेष्टा करोगे। जन्म जन्मांतरों से जो तुम्हारे प्राणों के देवता तुमको हृदय पर रखे हुए हैं, कभी क्षण भरको भी नहीं त्यागते, कभी भी किसी भी अवस्था में तुम्हारा अनादर नहीं करते, कर्त्तृत्व नामक जो कुछ भी है सब उन्हीं का है, एक श्वांस प्रश्वांस तक भी उनकी इच्छा व्यतीत नहीं चल सकती, इसे रोम रोम में समझते हुए अपने अनादि जीवनों की अकृतज्ञता का गुरुत्व अनुभव करते हुए मर्म पीड़ा से अवनत हो पड़ो। "हे देवता! तुम्हीं मेरे इष्टदेव हो। इतने निकट हो तुम। इतने प्रत्यक्ष हो तुम।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

अब तक तुमको जाना नहीं, समझा नहीं देखा इससे कितनी अवज्ञाऐं की हैं, तुम्हारे अवाध कर्त्तृत्व को न देखकर "अहंकर्त्ता" बनकर कितनी अवहेलना की है। किन्तु अब नहीं। हे मेरे प्राण प्रिय परम देवता! अब कहीं तुम्हारी अवज्ञा न कर बैठूं। फिर कहीं तुम्हारी अवज्ञा न करूं। तुम मुझे इस भाव से चलाओ, जिससे सारे कर्मों के अन्दर तुम्हारा अटूट कर्त्तृत्व, तुम्हारा अवाध नियन्तृत्व अनुभव कर सकूं। अब मेरा यह मिथ्या अहंकार विचूर्णित हो जाय। यह मेरा कर्तृत्व मिथ्या, एकांत मिथ्या सर्वतोभाव से मिथ्या है। यह पूर्ण रूप से चूर चूर हो जाय। अब एक भी कार्य "मैं कर रहा हूँ" इस बोध से न किया जाय।

सरल प्राणों की ऐसी प्रार्थना कभी भी निष्फल नहीं होगी। कुछ दिन बाद देखोगे प्राण रूपिणी मा प्रत्येक कर्म के भीतर अति सुस्पष्ट भाव से अपना कर्तृत्व दिखा रही हैं। इस प्रकार एक ओर मातृ कर्त्तृत्व दर्शन एवं दूसरी ओर अहं कर्त्तृत्व का निष्कासन

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

करने के लिये साधक को नित्य (सब समय) उन्मुख रहना चाहिये। यही यथार्थ साधना है। इस प्राण प्रतिष्ठा के अनुशीलन से यह अनायास साध्य है कहना भी अभियुक्ति नहीं होगा। इसमें किसी प्रकारकी कठिनाई, किसी तरह के अनुष्ठान की अपेक्षा नहीं। केवल दर्शन। साधना की जो कुछ कठिनाई है, सो इस प्राण केन्द्र के पाने से पूर्व तक ही है। बाद में फिर विशेष कुछ नही करना होता। केवल देखते जाओ, केवल लक्ष्य करते चलो। अन्तरस्थ प्राणमय गुरु किस प्रकार अपने शुद्ध स्वरूप की ओर प्रियतम पुत्र को आकर्षण करते हुए लिये जा रहे हैं।

प्राण केन्द्र से ही विभिन्न इन्द्रियों के प्रवाह प्रकाश पाते हैं। इसका प्रत्यक्ष अनुभव आरंभ होते ही स्थूल देह विषयक अभिमान शिथिल होने लगता है। किसी प्रकार की चेष्टा द्वारा नहीं। स्वभावतः ही मालूम पड़ता है कि - मैं देह से अलग चैतन्यमय एक जन हूँ। यद्यपि विशुद्ध चैतन्य का संधान ठीक ठीक तब भी मिला नहीं है। तथापि जड़त्व बोध काफी

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

अब तक तुमको जाना नहीं, समझा नहीं देखा इससे कितनी अवज्ञाऐं की हैं, तुम्हारे अबाध कर्त्तृत्व को न देखकर "अहं कर्त्ता" बनकर कितनी अवहेलना की है। किन्तु अब नहीं। हे मेरे प्राण प्रिय परम देवता! अब कहीं तुम्हारी अवज्ञा न कर बैठूं। फिर कहीं तुम्हारी अवज्ञा न करूं। तुम मुझे इस भाव से चलाओ, जिससे सारे कर्मों के अन्दर तुम्हारा अटूट कर्त्तृत्व, तुम्हारा अबाध नियन्तृत्व अनुभव कर सकूं। अब मेरा यह मिथ्या अहंकार विचूर्णित हो जाय। यह मेरा कर्तृत्व मिथ्या, एकांत मिथ्या सर्वतोभाव से मिथ्या है। यह पूर्ण रूप से चूर चूर हो जाय। अब एक भी कार्य "मैं कर रहा हूँ" इस बोध से न किया जाय।

सरल प्राणों की ऐसी प्रार्थना कभी भी निष्फल नहीं होगी। कुछ दिन बाद देखोगे प्राण रूपिणी मा प्रत्येक कर्म के भीतर अति सुस्पष्ट भाव से अपना कर्तृत्व दिखा रही हैं। इस प्रकार एक ओर मातृ कर्त्तृत्व दर्शन एवं दूसरी ओर अहं कर्त्तृत्व का निष्कासन

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

करने के लिये साधक को नित्य (सब समय) उन्मुख रहना चाहिये। यही यथार्थ साधना है। इस प्राण प्रतिष्ठा के अनुशीलन से यह अनायास साध्य है कहना भी अभियुक्ति नहीं होगा। इसमें किसी प्रकारकी कठिनाई, किसी तरह के अनुष्ठान की अपेक्षा नहीं। केवल दर्शन। साधना की जो कुछ कठिनाई है, सो इस प्राण केन्द्र के पाने से पूर्व तक ही है। बाद में फिर विशेष कुछ नहीं करना होता। केवल देखते जाओ, केवल लक्ष्य करते चलो। अन्तरस्थ प्राणमय गुरु किस प्रकार अपने शुद्ध स्वरूप की ओर प्रियतम पुत्र को आकर्षण करते हुए लिये जा रहे हैं।

प्राण केन्द्र से ही विभिन्न इन्द्रियों के प्रवाह प्रकाश पाते हैं। इसका प्रत्यक्ष अनुभव आरंभ होते ही स्थूल देह विषयक अभिमान शिथिल होने लगता है। किसी प्रकार की चेष्टा द्वारा नहीं। स्वभावतः ही मालूम पड़ता है कि - मैं देह से अलग चैतन्यमय एक जन हूँ। यद्यपि विशुद्ध चैतन्य का संधान ठीक ठीक तब भी मिला नहीं है। तथापि जड़त्व बोध काफी

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

शिथिल हो जाता है। इस विषय में कोई संशय नहीं। इन्द्रियों को प्राणों का ही विभिन्न प्रवाह वा इच्छा रूप से समझ सकने से ही इन्द्रिय-ग्राह्य विषय भी प्राणों ही के विशिष्ट प्रकाश रूप में अनुभूतियोग्य होने लगते हैं। भक्तों की भाषा में कहा जाय तो इसी समय धीरे धीरे लीलात्त्व अपने आप स्फूरित होने लगते हैं। एक प्रियतम प्राण ही दृश्य दृष्टा रूप से बहु वैचित्रमय जगत साज से सजकर अपूर्व लीला कर रहे हैं। यह उस समय कुछ कुछ समझने की सामर्थ्य होती है। जब तक इस प्रकार चिन्मय जगत का सन्धान नहीं मिलता, तब तक यह सब बातें केवल तोते की भांति राधा-कृष्ण रटने को मुखस्थ ही रहती हैं। किन्तु वह और बात है। मैं कह रहा था—इस अवस्था में क्या अन्दर क्या बाहिर सभी एकमात्र प्राणों का ही सत्ता नाना आकारों से प्रकाशित हो रही है। इसे प्रत्यक्ष करके साधक आनन्द में आत्म भोला हो पड़ता है।

जो साधना करने बैठते ही चित्त की अति अधिक चञ्चलता देख कर हताश हो पड़ते हैं

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

एवं भगवत् लाभ वा साधना एकांत ही दुरूह कार्य है। ऐसा कहने लगते हैं सो भी यदि थोड़े धीरज के साथ सत्य प्रतिष्ठा के मार्ग में अग्रसर होकर इस प्राण प्रतिष्ठा के स्तर में प्रवेश करसकें, तो निश्चय ही देखेंगे उनका चित्त चाञ्चल्य पर्य्याप्त कम हो गया है, अथवा चञ्चलता रहने पर भी साधना में वा भगवत् प्राप्ति के पक्ष में कोई अन्तराय नहीं हो रहा है। इस विषय में महर्षि पतञ्जलि-प्रोक्त योगशास्त्र में एक सूत्र है—"प्रच्छर्दन विधारणाभ्यां वा प्राणास्य"—प्राणों के प्रच्छर्दन एवं विधारण द्वारा चित्त स्थैर्य्य प्राप्त होता है। पूर्ववर्ती व्याख्याकार गणों ने इस सूत्र की व्याख्या करते हुए प्राण शब्द का अर्थ प्राण वायु एवं प्रच्छर्दन विधारण शब्द का रेचक पूरकादि रूप अर्थ ही किया है। ऐसा अर्थ प्रथम प्रविष्ट साधकों के लिये नितान्त उपयोगी है, किन्तु हम तो समझतेहैं कि उपनिषदों में जो प्राण प्रतिष्ठा का उपदेश है, योग शास्त्र में भी उसी का उल्लेख हुआ हैं। प्राण शब्द का अर्थ प्राण वायु मात्र न लेकर मुख्य प्राण रूप अर्थ लेने में भी ऋषि प्रणीत सूत्रार्थ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

में कोई हानि नहीं होगी। प्राण वायु तो मुख्य प्राणों ही का स्थूल विकाश मात्र है। अच्छा जो हो, अब हम इस सूत्र के अर्थ को समझने की चेष्टा करते हैं।

ऋषि कहतेहैं–प्राणोंका प्रच्छर्द्दन एवं विधारण करना होगा। प्रच्छर्द्दन शब्द का अर्थ है वमन अर्थात् वाह्य वृत्ति में दर्शन। वाह्य वस्तु निश्चय प्राणों ही की स्थूलतम अभिव्यक्ति है। प्राण शक्ति ही हमारे दृश्य वा भोग्य विषयों के रूप में घनीभूत भाव से प्रकाशित हो रही है — इसका पुनः पुनः दर्शन करना होगा पुनः पुनः अनुभव करना होगा। यही हैं प्राणों का प्रच्छर्द्दन। भगवद्गीता में स्वयं भगवान ने भी "प्राणान् प्राणेषु जुहवति" कहते हुए आभ्यन्तरीण वृत्तियों के प्राण दर्शन का वा विधारण का उपदेश दिया है और यही यथार्थ प्राणायाम रूप से योग शास्त्र में एवं गीतादि शास्त्रों में वर्णित हुआ है। इस प्रकार प्राणों का प्रच्र्द्दछन और विधारण करते करते अचिर काल में "विषयवती प्रवृत्तिरुत्पन्ना चित्तस्य स्थिति निबन्धनी" विषयवती नामक प्रकृष्टा

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

(श्रेष्ठ) वृत्ति का उदय होता है एवं वही चित्त स्थैर्य्य की हेतु हुआ करती है। विषयवती प्रवृत्ति क्या है सो "योग रहस्य"* में सवि-स्तार कहा जायगा। यहाँ पर इतना ही जान रखने से यथेष्ट होगा कि बाहर एवं अभ्यन्तर में प्राण प्रतिष्ठा के फल से चित्त स्थिति पद प्राप्त करता है। यही योगशास्त्र का भी उपदेश है। श्वांस प्रश्वांस के पूरक रेचकादि रूप स्थूल प्राणायाम द्वारा चित्त स्थैर्य्य की चेष्टा करना अति स्थूल उपाय है। उससे उद्देश्य सिद्ध नहीं भी हो सकता है, विपरीत फल वा अनर्थ रोगादि भी उपस्थित हो सकता है। किन्तु यह जो सर्वत्र प्राण दर्शन रूप प्राण प्रतिष्ठा है, इसके द्वारा निश्चय ही चित्त चाञ्च-

---

* 'योग रहस्य' नामक पातंजल योग दर्शन का सारगर्भित भाष्य सरल टीका सहित उक्त ग्रंथ कार ब्रह्मर्षि श्री श्री सत्यदेव महाराज ने किया है। साधन समर चण्डीत्व की भांति यह भी अभूत पूर्व रहस्य उदघाटन हैं।

—अनुवादक

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ल्य दूर हो जाता है। और है भी यही यथार्थ प्राणों का आयाम-प्राणायाम। प्राण कहने से वक्षस्थल के भीतर जो थोड़ी सी प्राण सत्ता का अनुभव होता है, एक मात्र प्राण प्रतिष्ठा द्वारा वह सम्यक आयाम प्राप्त हो कर महा प्रसार प्राप्त करता है। प्राणमय ग्रन्थि खुल जाती हैं। विष्णु ग्रन्थि* का भेद होता है एवं साधक अभीष्ट लाभ करके धन्य होते हैं।

प्राण और शक्ति अभिन्न वस्तु है। इस जगत में साधारण दृष्टि से दो वस्तु दृष्टिगोचर होती हैं। एक जड़ पदार्थ वा परमाणु एवं दूसरी उसके प्राण वा शक्ति। शक्ति यद्यपि अप्रत्यक्ष है तथापि यह जड़ जगत वा परमाणु समष्टि एक असीम अदम्य शक्ति वश जगत् आकार मे आकारित हो रही है। सृष्टि—स्थिति-प्रलय आदि क्रियाऐं निष्पन्न हो रही हैं—इसे कोई अस्वीकार नहीं कर सकता। उपनिषत् ने इन दोनों में एक का नाम दिया

---

* विष्णु ग्रन्थि भेद का पूर्ण विवरण 'साधन समर' द्वितीय खण्ड में देखो।

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

है प्राण एवं अन्य का नाम दिया है रयि। यही दोनों विश्व के स्थूल उपादान हैं। और थोड़ी सूक्ष्म दृष्टि से देखें अर्थात् शक्ति तत्व में प्रवेश करने की सामर्थ्य प्राप्त होने से भली भांति समझ में आता है कि वे वास्तव में दो पदार्थ नहीं हैं। मात्र एक ही शक्ति रयि और प्राण रूप से, जड़ और चेतन्य रूप से अनन्त वैचित्र्यमय जह जगत् लीला सम्पादन कर रही है। ऊपर नीचे दाहिने बायें सन्मुखे पीछे अन्दर बाहिर जिधर लक्ष्य करो उधर ही महती शक्ति का लीला विलास प्रत्यक्ष होगा। इसका अभाव वा अपचय किसी भी समय नहीं—न होता है—न हो सकता है। यह जो शक्ति है अन्य नाम वा उपनिषत् प्रदत्त नाम है प्राण। यद्यपि पाश्चात्य शिक्षा के प्रभाव में शक्ति वस्तु मानो जड़ पदार्थ रूप ही प्रतिभात हुआ करती है, तथापि प्राक्तन सुकृतिवश जिनको वैदिक आर्य प्रतिभा लाभ हुई है अथवा तादृश प्रतिभा लेकर जिन्होंने जन्म ग्रहण किया है, सो शक्ति वस्तु को चिन्मयी ही जानते हैं, प्रत्यक्ष करते हैं, अनुभव करते हैं, एवं भोग करने में भी समर्थ होते हैं। यह जो चिन्मयी महती

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

शक्ति है—प्राण कहने से यही समझ में आती है। प्र पूर्वक अन् धातु से प्राण शब्द बना है। अन् धातु का अर्थ है रक्षा। जो प्रकृष्ठ रूप से इन सर्व भावों की इस अनन्त वैस्वंत्रमय विश्व की रक्षा करते हैं, वही प्राण हैं। प्राण और शक्ति विभिन्न वस्तु नहीं हैं। जब हम प्राण-शक्ति शब्द का प्रयोग करते हैं तब मालूम पड़ता है—प्राण और शक्ति मानो विभिन्न पदार्थ हैं; वास्तव में सो नहीं है। जो महती शक्ति इस विश्व की रचना करती है सोई प्राण वा प्राण शक्ति नाम से परिचित हुआ करती है। विश्व सृष्टि कहने से विश्व की स्थिति और प्रलय भी उसी के अन्तर्गत है यह समझ लेना होगा। सुतरां एक ही प्राण शक्ति सृष्टि स्थिति और प्रलय रूप से सर्वत्र सम भाव में आत्म प्रकाश किये हूए है। इन्हीं प्राणों को जानना होगा, समझना होगा, पकड़ना होगा। केवल वक्ष स्थल के भीतर थोड़ी सी अस्फुट सत्ता मात्र समझ रखने से प्राणों का ठीक स्वरुप समझ में नहीं आता। वह तो साधना का आरम्भ मात्र है। इसी अस्फुट सत्ता मात्र का अवलम्बन करके ही सारे ब्रह्मण्ड की सृष्टि

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

स्थिति प्रलय कर्त्री महती शक्ति की धारणा करनी होती है। ये ही जगत प्रसविनी जननी हैं। यही प्राण रूपिणी जननी ही रूप रसादि विषयों का साज लेकर जीवों की उद्दाम लालसाओं का तृप्ति विधान कर रही हैं। जाने-आनजाने में, ज्ञान वा अज्ञान से जीव जो चाहता है, सो इन प्राण रूपिणी मा का ही विभिन्न लीला विकास मात्र है। जाने अनजाने में जीव मात्र ही इस महा प्राण समुन्द्र में डूबा हुआ है। साधक देखो, अपने अन्दर में जिनकी अस्फुट सत्ता का ईषत् आभास मात्र पा रहे हो, वही विश्वेश्वरी महाशक्ति हैं। इसी अस्फुट सत्ता को लक्ष्य करके पूजा करो, प्रार्थना करो, वरण करो, उसी में ईश्वरस्वरूप महिमा का दर्शन करो। देखोगे वही जगदीश्वरी मूर्त्ति से आत्म प्रकाश करेंगी। जिनको आज केवल अपनी एकाकी मा मानकर समझ रहे हो उन्हीं के चरणों में अकपट भाव से आत्म समर्पण कर सकने देखोगे, वे केवब तुम्हारी एकाकी मा नहीं हैं सारे ही विश्व की जननी हैं।

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

भैया ! और कहाँ तक कहूँ—प्राण व्यतीत कहीं भी कुछ नहीं। प्राण ही साक्षात् ब्रह्म-शक्ति हैं—ये ही मायाशक्ति, आद्याशक्ति, मूला शक्ति, वैष्णवी शक्ति, महामाया आदि नामों से परिचित हुआ करते हैं। देखो-अन्दर बाहिर सर्वरूपे केवल प्राण प्राण प्राण। प्राण ही शक्ति, प्राण ही चैतन्य, प्राण ही जड़, प्राण ही सत्य और प्राण ही सत्ता हैं। कहाँ दौड़ रहे हो ईश्वर की खोज में ? देखो तुम्हारे हृदय अनुभूत चैतन्य ही ईश्वर हैं। यह जो काली--कृष्ण--शिव आदि विभिन्न देव प्रतिमाएँ देख रहे हो, वे सब इन प्राणों ही की घनीभूति मूर्त्ति प्रकाश हैं। एक ही प्राण शक्ति साधकों की प्रार्थनानुरूप, संस्कारानुरूप मूर्त्ति कारण कर प्रकाशित हुआ करती है। हमारे शरीर परस्पर प्रथक और विभिन्न नामों से परिचित होने पर भी वह सभी जैसे पञ्चभूत द्वारा गठित हैं, ठीक तैसे ही देव मूर्त्तियाँ भी परस्पर विभिन्न रूपों में प्रतीयमान होने पर भी वे सब एक मात्र प्राण द्वारा ही गठित हैं। जब तक उपास्य देव मूर्त्ति आत्म प्राणों ही का घनीभूत प्रकाश है-ऐसा

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

अनुभव न हो तब तक यथार्थ देवता दर्शन नहीं कहा जा सकता। साधक की आशा नहीं मिटती, अर्द्ध स्तोत्र का सन्धान नहीं मिलता। इसी से तो साधकों के प्रति सविनय कहताहूँ—तुम प्राणों का सन्धान करो, भगवान् को प्राण बोलकर ही समझो, प्राणों को ही भगवान् कहते हुए अकपट हो कर स्वीकार करना आरम्भ करो। देखोगे—थोड़े ही दिनों में तुम्हारा अन्दर-बाहिर रूप भेद ज्ञान विनष्ट हो जायगा, जड़ चैतन्यका धांधा दूर होजायगा। प्राण प्रतिष्ठा का अभ्यास घन होते ही समझ सकोगे—अनुभव कर सकोगे कि यह विश्व तुम्हारे "मैंत्व" द्वारा ही गठित है। तुम्हारा मैंत्व ही जगत रूप से, बहु रूप से, सर्व रूप से हर क्षण प्रकाश पा रहा है। ऐसा होने से फिर जगत में कोई भी तुम्हारा अप्रिय वा घृणा का पात्र नहीं रहेगा।

अब प्रसङ्ग क्रम से यहाँ पर प्राणादि पञ्च-वायु के विषय की भी आलोचना करता हूँ। प्राण, अपान, व्यान, उदान और समान यही पाँच साधारणतः पञ्चवायु नाम से प्रसिद्ध हैं।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

किन्तु वास्तव में वायु मात्र ही इनका स्वरूप नहीं। ये भी उन्हीं चिन्मयी महती शक्ति ही का पाँच प्रकार का प्रवाह मात्र है। जैसे ज्ञान और कर्मेन्द्रियाँ प्राणों के ही भिन्न भिन्न प्रवाह मात्र है, ये पञ्च प्राण भी ठीक उसी भांति प्राणों का अन्यतर पञ्च विधि प्रवाह हैं। तब विशेषत्व इतना ही है कि ज्ञान और कर्मेन्द्रियाँ बाह्य विषयों के ही साथ सम्बन्धित हैं और ये पंच प्राण हमारे इस स्थूल शरीर के गठन वर्द्धन और विनाशरूप कार्य में व्याप्त हैं। बाहिर से जो सब बोध अर्थात् अनुभव अन्दर में आते हैं उनकी जो अधिष्ठान और धारणा शक्ति है, उसी शक्ति का नाम है प्राण। शरीर के मल अर्थात् अकर्म्मण्य अंशों को प्रथक करने की शक्ति अपान नाम से कथित होती है। शरीरस्थ रस रक्तादिकों की जो परिचालन शक्ति है उसका नाम है व्यान। शरीरस्थ रस-रक्तादि धातुगत बोधों का जो अधिष्ठान और धारण शक्ति है सो उदान नाम से कही जाती है। एवं अन्न पानादिकों का समनयन अर्थात् रस-रक्तादि रूप में परिणाम कारक शक्ति का नाम है समान। यद्यपि

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

यह सब शक्तियाँ आपादतल सर्व शरीर व्याप्ति हैं तथापि हृदय देश मे प्राण, सर्व शरीर में व्यान, कण्ठ देश में उदान, मलद्वार में अपान एवं नाभि देश में समान नामक प्राण शक्ति का विशेष अवस्थान अनुभूत हुआ करता है। छान्दोग्य उपनिषद में ये पंचशुषि नाम से वर्णित हुई हैं। यह पंच प्रकार चित्--शक्ति-प्रवाह इस स्थूल शरीर रूप में परिणाम प्राप्त होता है सोई पंचप्राण वा शुषि हैं। सीधी बात—जिस चेतन्यमयी शक्ति के प्रकाश से इस स्थूल शरीर का गठन वर्द्धन और प्रलय होता है वही प्राणादि पंचवायु नाम से कही जाती है।

जो साधक हैं सो उसे वायु मात्र न समझ कर प्राण रूप से, इष्ट देवता रूप से समझें एवं इन सब प्राण प्रवाहों में प्रत्येक को लक्ष्य करके पूर्वोक्त प्रकार से विशेष भाव से प्राण-प्रतिष्ठा का अनुशीलन करें। इस प्रकार प्राणादि पंचवायु को अर्थात् अन्तःकरण शक्ति प्रवाह को लक्ष्य करके प्राण प्रतिष्ठा करने में विशेष भाव से अभ्यस्त होने पर अनेक समय शारीरिक व्याधिके उपशमन करने की सामर्थ्य

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

भी प्राप्त हुआ करती है। शरीर में जब जिस शक्ति के अपचय वा उपचय जनित रोग का आविर्भाव हो, उसी को लक्ष्य करके पुनः पुनः पूर्वोक्त प्रणाली से प्राण प्रतिष्ठा कर सकने से प्रायः ही रोगादिकों के आक्रमण से रक्षा होती है। जहाँ पर ऐसा करने पर भी फल लाभ न हो वहाँ पर समझना चाहिये कि ऐसा न होना ही परमेश्वर की इच्छा है।

और थोड़ा खोलकर कहें, प्राण, अपान, व्यान, उदान, और समान इन पंचविधि प्राण शक्ति के भीतर कौन शक्ति के अपचय उपचय (क्षय वृद्धि) के कारण व्याधि हुई है-पहले इसका स्थिर निश्चय कर लेना होता है। फिर उस शक्ति का जो विशेष अभिव्यक्ति स्थान है, उसी स्थान को लक्ष्य करके शक्ति को अनुभव करने के लिये यथासाध्य एकग्रता प्रयोग पूर्वक उस व्यष्टि शक्ति की ही विश्व-व्यापिनी महती शक्ति रूप में धारणा करनी होती है। ऐसी धारणा के फल से उन सब स्थानो में विशिष्ट अनुभूत प्रकाश पाती है। तब उस अनुभूति को ही प्रत्यक्ष परमेश्वरी

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ज्ञान से उनके निकट कातर प्राणों से आरोग्य की प्रार्थना करनी होती है। इस ठीक ठीक भाव से प्रार्थना कर सकने ही से आशानुरूप फल प्राप्त हुआ करता है। पक्षान्तर में यह भी जानना उचित है कि जहाँ पर प्रार्थनानुरूप फल प्राप्ति की कोई सम्भावना नहीं होती—ऐसे स्थलों में पूर्वोक्त प्रकार की धारणा वा प्रार्थना के मार्ग में ही नानारूप बाधाऐं उपस्थित हुआ करती हैं।

छान्दोग्य श्रुति में पंचप्राणाहुति का विषय वर्णित हुआ है। साधकों के जानने के लिये यहाँ पर उसका संक्षिप्त मर्म प्रदान किया जाता है। "प्राणाय स्वाहा" बोल कर जो प्रथम आहुति प्रदान की जाती है, उससे प्राणों की परितृप्ति हुआ करती है। प्राण तृप्त होने से चक्षु तृप्त होते हैं। चक्षु तृप्त होने से आदित्य तृप्त होते हैं। आदित्य की तृप्ति से स्वर्गलोक की तृप्ति होती है एवं उसके फल से स्वर्गाधिष्ठत और आदित्याधिष्ठित देवताओं की अनुतृप्ति हुआ करती है। और उसके फल से हवन कर्त्ता प्रजा पशु अन्न वित्त तेज और

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ब्रह्मवर्च्चस लाभ करके सम्पूर्णेन परितृप्ति प्राप्त किया करते हैं।

द्वितीय आहुति "व्यानाय स्वाहा"। इस आहुति के फल से यथाक्रम से व्यान श्रोत्र चन्द्रमा दिक समूह और तदधिष्ठित देवता वर्गों की तृप्ति हुआ करती है। और हवन कर्त्ता भी पूर्वोक्त रूप भोग एवं अपवर्ग लाभ कर तृप्त हुआ करते हैं।

तृतीय आहुति "अपानाय स्वाहा"। अपान की तृप्ति में क्रम से वाक अग्नि पृथ्वी एवं तत्रस्थ जीवों की तृप्ति का विधान होता है। हवन कर्त्ता भी पूर्वोक्त रूप से तृप्ति भागी हुआ करते हैं।

चतुर्थ आहुति "समानाय स्वाहा"। इस आहुति के फल से क्रम से समान मन यज्जन्य विद्युत एवं तत्रस्थ जीवों की तृप्ति होती है। हवन कर्त्ता भी पूर्वोक्त रूप तृप्ति लाभ किया करते हैं।

पंचम आहुति "उदानाय स्वाहा"। उदान की तृप्ति में क्रम से त्वक वायु आकाश

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

और तदधिष्ठित जीवों की परितृप्ति होती है। उसके फल से हवन कर्त्ता प्रजा पशु प्रभृति भोग एवं ब्रह्मवर्च्चस प्रभृति अपवर्ग की योग्यता लाभ से तृप्त होते हैं।

इन छान्दोग्य श्रुति के वाक्यों से हम भली भांति समझ सकते हैं कि यथार्थ रूप से प्राण प्रतिष्ठा कर सकने से केवल पारमार्थिक फल मुक्त ही का मार्ग सुगम होता हो सो नहीं, ऐहिक दुःख दरिद्र अभाव अभियोग रोग यातना प्रभृति के हाथ से भी परित्राण पाया जाता है। वेद वाक्य अरौ ऋषि वाक्यों में विश्वास खोकर हीं तो वर्त्तमान युग के अधिकांश मनुष्य ऐहिक सुख सुविधा के लिये केवल भौतिक जगत में ही दौड़ धूप लगा रहे हैं एवं भयावह मर्म पीड़ा भोग करते हैं *। परन्तु यह बात खूब ही सत्य है कि जो इस ऋषि प्रदर्शित मार्ग में श्रद्धा और विश्वास के साथ चलते हैं जो आधिभौतिक

---

* जगत को केवल दुःख मय बोलकर ही घोषणा करते हैं।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

जगत में सुख का उपादान न खोजकर प्राण मय जगत में विचरण करते हैं वे निश्चय हीं उभयत्र जय लाभ करते हैं और धन्य होते हैं।

उपनिषदों में इस प्राण प्रतिष्ठा के विषय में कितने उपदेश भरे पड़े हैं, उनकी सम्यक आलोचना असम्भव है। प्राण ही ब्रह्म, प्राण ही अमृत, प्राणही अभय, प्राणही ज्येष्ठ, प्राणही श्रेष्ठ हैं इत्यादि रूप से कितने महत्व वर्णित हुए हैं। प्राणों के इस महत्व को अनुभव कर सकने से मनुष्य भी महान हो उठता है। और सुनो साधक! देवता गणोंने प्राणों का महत्व कीर्त्तन करते करते जो स्तव किए थे, प्रश्नो-- पनिषद से सो भी तुमको सुनाया जाता है।

एषोऽग्निस्त पत्येष सूर्य्य, एष पज्जुन्यो मघवानेष वायु। रेष पृथ्वी रयिर्देव, सद-सच्चामृत च यत ॥१॥

साधक! तुम भी देखो—"एष प्राण" यह जो प्रत्यक्ष प्राण हैं यहीं प्रत्यक्ष अग्नि रूप से आकाश में नित्य प्रकाशित हो रहे हैं। यही पर्ज्जन्य रूप से, मेघ रूप से वर्षा वर्षण

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

रूप से अवस्थान कर रहे हैं। यही मघवान इन्द्र हैं। यह जो पृथ्वी है यह हमारे प्राणों ही का स्थूल विकाश है। यही हैं रयिये-चैतन्य स्वरूप होते हुए भी जड़ रूप से प्रतिभात होते हैं। सत् असत् एवं अमृत अर्थात् सत् असत् के अतीत जो मोक्षस्वरूप हो सो भी ये प्राण देवता ही हैं, अन्य कोई नहीं ॥१॥

अरा इव रथ नाभौ, प्राणो सर्व्वं प्रतिष्ठितम।
ऋचो यंजूषि सामानि, यज्ञ क्षत्रं ब्रह्म च ॥२॥

अरा जैसे रथ के नाभि देश में सम्बद्ध रहते हैं ठीक तैसे ही सर्व रूप से बहुरूप से जो कुछ प्रतीत गोचर हो रहा है, सो प्राणों ही में प्रतिष्ठित है। ऋक यजुः साम अर्थात् वेद समूह यज्ञ अर्थात् वेदोक्त कर्मकाण्ड समूह उस यज्ञ के रक्षक क्षत्रिय और यज्ञानुष्ठानकारी ब्राह्मण रूप से भी ये प्राण ही प्रकाशित हो रहे हैं ॥ २ ॥

प्रजापतिश्चरासि गर्भे,
त्वमेव प्रतिजायसे ।
तुभ्यं प्राणः प्रजास्त्विमा,
वलि हरन्ति यः प्राणैः प्रतितिष्ठसि ॥ ३ ॥

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

हे प्राण ! तुम प्रजापति रूप से गर्भ में विचरण करते हो और तुम ही सन्तान रूप से जन्म ग्रहण करते हो। जन्म ग्रहण के बाद जो प्राणमय होकर जीवित रहते हैं सो सन्तान गण फिर तुम्हारे उद्देश्य से वलि अर्थात् आत्म प्राणों ही को उपहार स्वरूप से अर्पण किया करते हैं। इस प्रकार तुम सृष्टि स्थिति और प्रलय रूप से सर्वदा आत्म प्रकाश किया करते हो ॥ ३ ॥

देवानामासि वहिन तमः पितृणा प्रथमा स्वधा।
ऋषीणां चरितं सत्य, मथर्वांगिरसामसि ॥ ४ ॥

हे प्राण ! तुम देवताओं में श्रेष्ठ वह्नि, पितृगणों में तुम प्रथम स्वधा एवं अथर्वाङ्गिरस ऋषिगणों में तुम सत्य चरित रूप से आत्म प्रकाश किये हुए हो ॥ ४ ॥

एन्द्रस्त्वं प्राणतेजसा, रुद्रोऽसि परिरक्षिता।
त्वमन्तरीक्षे चरसि, सूर्य्यस्त्वं ज्योतिषां पतिः॥५॥

हे प्राण ! तुम तेजस्वी इन्द्र हो। तुम सब के रक्षक रुद्र हो। तुम अन्तरीक्ष में ज्योतिष्क मण्डल के अधिपति सूर्यरूप से विचरण करते हो ॥ ५ ॥

0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

यदा त्वमभि वर्ष, स्यथेमाः प्राण ते प्रजाः ।
आनंद रूपास्तिष्ठन्ति कामायन्नं भविष्यतीति॥६॥

हे प्राण ! तुम जब अभिवर्षण करते हो तब ही यह विश्व वासी जन आनन्द से अवस्थान करते हैं (क्योंकि वह सोचते हैं कि हमें अब प्रचुर अन्न प्राप्त होगा) ॥६॥

व्रात्यस्त्वं प्राणैक ऋषि रक्ता विश्वस्य सतपतिः ।
वयमाद्यस्य दातारः पिता त्वं मातरिश्वनः ॥ ७ ॥

हे प्राण ! तुम व्रात्य--भ्रष्ट सावित्रीक तुम एक अद्वितीय ऋषि, तुम अत्ता-विश्वग्रास कारी एवं तुमही इस विश्व के श्रेष्ठ अधिपति हो । हम तुमको अन्न अर्थात् खाद्य दान किया करते हैं । तुम वायु के भी पिता हो ॥ ७ ॥

या,ते तनुर्वाचि प्रतिष्ठितां या श्रोत्रे या चक्षुषि ।
या च मनसि संतता शिवां तां कुरु मोतक्रमी ॥ ८ ॥

हे प्राण ! हमारे वाक्यों में, श्रोत्रों में, चक्षु में एवं मन में तुम्हारे जो अवयव सर्वदा प्रकाशित हो रहे हैं उन्हें निरन्तर मङ्गलमय करना । तुम कभी भी उतक्रमण मत करना ॥ ८ ॥

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varan

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

प्राणस्येदं वशे सर्वं, त्रिदिवे यत प्रतिष्ठितम ।
मातेव पुत्रान रक्षस्व श्रीश्च प्रज्ञां च विधेहि न इति॥९

इस त्रिलोकी में जो कुछ है सो सभी प्राणों के वश प्रतिष्ठित है। माता जैसे स्नेह के साथ पुत्रों का पालन करती है ठीक वैसे ही हे प्राण! तुम भी हमारी रक्षा करो एवं श्री और प्रज्ञा का विधान करो ॥९॥

अब प्राण प्रतिष्ठा के साधको के निकट से विदा लेता हूँ। मा की इच्छा होगी तो अवशिष्ट "आनन्द प्रतिष्ठा" भी प्रकाशित हो सकती है किन्तु उसके लिये साधकों को प्राण प्रतिष्ठा में भली भांति अभ्यस्त होना होगा। प्रतिमा आदि में किस भाव से प्राण प्रतिष्ठा करनी होती है सो "पूजातत्व" नामक पुस्तक में अति सुन्दर भाव से कहा जा चुका है। पुनरुल्लेख निष्प्रयोजन होगा। प्राण मयी मा प्राण-रूपिणी मा हमारे शिरों पर मङ्गलाशीष वर्षण करें। जड़त्व दृष्टि के हाथ से चिर मुक्ति पाने के लिये आओ साधक हम भी सत्य दर्शी ऋषियों के सुर में सुर मिलाकर बोल उठें "तमसो मा ज्योतिर्गमय"।

"इति शम्"

C0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varana

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Vara

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

पूर्ण स्वत्वाधिकार
साधन समर आश्रम ट्रस्ट लिलुआ (हावड़ा)
द्वारा संरक्षित

राष्ट्रीय प्रेस, मथुरा।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi